

# CONSELHOS DE HYGIENE SEXUAL E MORAL

Por Pedro de Alcantara

---

## O OBJECTIVO DESTE FOLHETO

Estes conselhos correpndem a uma grande necessidade, necessidade que não é de hoje, mas de todos os tempos. Destinam-se elles a dar aos rapazes os conhecimentos das cousas da vida sexual necessarios e sufficientes para que elles não sejam apanhados de surpresa, por uma dessas aventuras que o vulgo chama "de rapaz" e que por sua ignorancia pode ser das mais funestas consequencias.

E' uma triste realidade, mas é uma realidade, que o rapaz chegando á idade em que seu instincto sexual se desperta encontra-se absolutamente ignorante de tudo que lhe pode interessar em phase tão delicada de sua vida e, o que é ainda peor, vê fechadas todas as fontes legitimas por onde poderia ser instruido. Com effeito, seus paes, seus professores, seus superiores, emfim, fazem o firme proposito de nem sequer fallar de taes assumptos em sua presença crendo respeitar assim um pudor que elles acham natural, mas não vendo que com isso se tornam responsaveis pelos desfortunios que o rapaz, inexperiente, procura para si mesmo. As consequencias desse mal comprehendido amôr dos Paes por seus filhos são as mais desastrosas, como se verá adeante, mas nem assim se resolve quebrar esse silencio verdadeiramente criminoso. Foi por isso que surgiu a idéa desta publicação, em que os rapazes encontrassem, expostos em linguagem ao seu alcance, os esclarecimentos de que necessitam para ficar com seu espirito em condições de reagir contra os maus impulsos que partem de dentro de si proprios e de tudo que os cerca. Terão assim os rapazes informações mais sinceras, mais puras, mais scientificas do que as que são dadas por companheiros desvirtuados e corruptos que outra coisa não fazem senão envenenar para todo o sempre a vida dos rapazes incautos que lhes caem nas garras. Os numerosos livros que existem escriptos sobre o problema sexual de nenhum modo satisfazem ao objectivo visado por este pequeno trabalho pois ou são de preço elevado, ou escriptos em linguagem acima do alcance de quem não lida com taes assumptos ou então demasiadamente extensos, pelo que o rapaz desiste de lê-los e apprehendel-os.

## UM POUCO DE ANATOMIA E DE PHYSIOLOGIA

A falta de conhecimentos sobre a anatomia e a physiologia dos orgãos sexuaes, isto é, do aparelho genital, é um defeito gravissimo da educação dos rapazes, que em geral fazem delles as idéas mais absurdas.

Anatomia é forma e physiologia é funcção. Sem conhecer a forma e o funcionamento dos orgãos sexuaes é muito difficil ao rapaz

compreender os perigos das molestias venereas, e outro não é nosso intuito.

Eis porque resolvemos expôr aqui, de modo succinto, algumas noções de anatomia e physiologia dos órgãos sexuaes, para que se desvançam do espirito dos leitores as idéas creadas pelas descripções dos companheiros, cada qual mais absurda e tola. Estenderemos de leve taes noções ao apparelho urinario, que está intimamente ligado ao apparelho genital, formando ambos, em conjunto, o apparelho genito-urinario. Este apparelho é formado de tres partes, uma propria ao genital, uma ao urinario e outra commum a ambos. A parte propria ao apparelho urinario é formada primeiramente dos dois rins, que estão collocados nas costas, na altura da cintura ou um pouco acima, um ao lado do outro e ambos do lado da espinha. São os órgãos que produzem a urina, e têm a forma de um grão de feijão, mas com mais ou menos oito centimetros de comprimento. Os rins produzem continuamente a urina e por meio de dois canaes chamados uretères e enviam-na para a bexiga, situada muito mais abaixo, e que se destina a accumular a urina até a occasião da micção. A urina sae da bexiga por um canal chamado urethra, que já é commum com o apparelho genital. A parte propria do apparelho genital compõe-se tambem de órgãos productores, órgãos conductores e órgãos accumuladores de esperma. Os principaes órgãos productores são os testiculos, situados dentro do escroto, na frente do abdomen, entre os dois membros inferiores. São formados por uma multidão de finos canaes que se reúnem para formar o canal epididymario. Além dos testiculos, ha ainda algumas glandulas, que são a prostata, as glandulas de Cooper e as de Littre, situadas ao longo dos canaes conductores de esperma. Estes canaes são o canal epididymario, de que já fallámos, e o canal deferente, que corresponde aos uretères. Os órgãos em que o esperma se accumula são as vesiculas seminaes, correspondentes á bexiga e situadas ao lado desta. Das vesiculas seminaes saem dois canaes, chamados ejaculadores, que atravessam a prostata, situada em baixo da bexiga, indo ter á urethra, que, por sua vez, tambem atravessa a prostata.

Vê-se, pois, que os canaes ejaculadores desembocam na urethra, logo depois que esta sae da bexiga, e dahi por deante temos a parte commum aos dois apparelhos urinario e genital. Esta parte é a urethra, que se dirige para fóra do organismo, estando, na porção terminal, contida dentro do penis, órgão do acto sexual, cuja ponta se chama glande. O penis é formado por um corpo cheio de orificios que se communicam entre si e em cujo centro passa a urethra.

Estes detalhes seccos e aridos tomarão vida quando se fallar do seu funcionamento.

O funcionamento do apparelho urinario quasi já está conhecido dos leitores: a urina produzida nos rins desce pelos uretères e se accumula na bexiga até o momento da micção. O funcionamento do apparelho genital é muito semelhante. Os testiculos produzem os espermatozoides, que vão fecundar o ovulo feminino. Esses, os espermatozoides, seguindo o caminho já descripto, vão ás vesiculas seminaes, cujas contracções, no acto sexual, os enviam para a urethra, por onde são levados aos órgãos genitais femininos. O papel das glandulas de Cooper de Littre e da prostata é produzir em um liquido que vae diluir o producto dos testicu'os. O producto de todas essas glandulas, inclusive o dos testiculos, chama-se esperma. O

acto sexual se faz á custa da erecção do penis, o que se realiza pelo affluxo de sangue ao membro, enchendo os orificios que existem no seu interior e que se chamam corpos esponjosos, pela semelhança que apresentam com a estrutura da esponja.

### COMPATIBILIDADE DA CONTINENCIA SEXUAL COM A SAÚDE

De posse os leitores desse substractum anatomico e physiologico dos orgãos de reproducção, facil lhes fica comprehenderem tudo quanto a respeito lhes dissermos. Propondo-nos agora a mostrar a compatibilidade da continencia sexual com a saúde, procuraremos responder a todas as accusações que em tal sentido fazem os adversarios da abstinencia sexual. Isto é muito importante, pois muito rapaz ha por ahí que deseja manter-se puro e não o faz porque seus companheiros, perversos ou inconscientes, lhe encham a cabeça com caraminholas de toda a especie a respeito das consequencias da continencia sexual.

A primeira objecção é que sendo o instincto sexual uma necessidade como o somno, o individuo que não o satisfaça prejudica-se tanto quanto aquelle que não dorme. Isto é uma bobagem sem nome, e a prova é que se o instincto sexual por sua imperiosidade se assemelhase ao somno, não haveria abstemios sexuaes, pois não os ha do somno. E, no emtanto, numerosos são os rapazes que, animados por um nobre ideal ou esclarecidos por uma educação conveniente, sabem trazer seu corpo sob o jugo impertubavel da razão, que não os deixa afastarem-se uma linha do caminho traçado. Taes rapazes são mais numerosos do que á primeira vista se suppõe; não apparecem porque se acanham em confessar uma situação que, pelo contrario, só os pode honrar. e não são comprehendidos porque o meio em que vivem é pouco esclarecido.

É uma cousa que confundiria os detractores da castidade masculina é que taes rapazes, que souberam se dominar, não são os ultimos nos estudos nem no trabalho, antes brilham como os que mais o fazem. No corpo e no espirito desses rapazes não ha uma molestia ou uma mancha qualquer; pelo contrario, são uma garantia de que irão constituir uma familia sã, com filhos sadios e fortes, que bemsdirão os que lhe deram essa saúde. Isso é que os adversarios da castidade masculina não querem vêr. Muitos o fazem por maldade, para procurar companheiros para os males que os affligem e que elles foram buscar nas relações illicitas que mantiveram. A esses não se deve resposta, pois elles não a merecem, senão o mais profundo desprezo. Outros, entretanto, o fazem sinceramente julgando praticar um beneficio, e a esses deve-se esclarecer o espirito, não só para que elles não vão levar a confusão a outrem, como para que procurem se dominar e pôr um termo a uma vida que só os pode prejudicar. A resposta é muito simples. Dizem taes pessoas que o instincto sexual precisa ser satisfeito, porque nos animaes, em que a vida sexual deve ser a mais natural possivel, não se vê abstinencia nenhuma.

Ora, a questão que nos occupa não pode ser posta neste pé; a equiparação dos homens aos animaes não deve ser admittida assim com tanta facilidade, pois as condições de cada um não são identicas. Em primeiro lugar, os animaes têm o cio, isto é, espaços pe-

riodicos de tempo em que suas funcções genesicas se exaltam, ao passo que os homens têm a faculdade da escolha do tempo em que não de praticar o acto sexual.

E não é só. Os animaes como animaes que são, desconhecem todas as conveniencias de ordem social e moral. Não constituindo familia, como ainda não constituem certas raças humanas inferiores, não se organisando em sociedade, elles não têm no acto sexual outro instincto que o da simples reproducção numerica; no homem, ha conveniencias de toda ordem, incompativeis com a vida sexual como a praticam os animaes.

Se taes conveniencias não existissem, o cuidado de organizar uma familia, a preocupação de que os filhos sejam gerados nas melhores condições materiaes e moraes, a vantagem de viver em sociedade, se taes conveniencias não existissem, repetimos, os homens não seriam homens, mas sim animaes.

Não se pode impunemente separar no homem os dois elementos animal e racional, o primeiro para viver sexualmente, o segundo para viver mentalmente. O elemento racional, justamente porque é racional, ha de influir sobre o outro, ditando-lhe a conducta mais compativel com seu melhor destino.

A se estabelecer uma tal equiparação dê-se ao homem a promiscuidade existente entre os animaes, e era uma vez civilisação, progresso, sociedade, moral, e outras conquistas da humanidade.

Estabelecido, assim, esse principio de ordem geral, vejamos algumas das objecções feitas á abstinencia sexual pre-matrimonial.

Primeiramente a supposição de que não se pode fugir á satisfacção de um tão imperioso desejo.

E' falso. A necessidade sexual está em relação com o estado de espirito do individuo. Tudo prova que um espirito que se domina, domina tambem seu instincto sexual. Todo rapaz, por mais desregrada que seja sua vida sexual, ao ficar noivo modera suas actividades sexuaes, quando não as cessa de todo. E' a influencia santificadora da noiva, que se exerce tão beneficemente. Onde está a "necessidade" sexual?

Desde que o espirito do rapaz ache um ponto de apoio moral — no caso, a noiva — a tal necessidade desaparece como que por encanto. Se assim é, porque não dar ao rapaz, desde que elle se desperta sexualmente, pontos de apoio, como a consciencia do papel a representar na sociedade, a ambição de constituir uma familia de que nasçam filhos fortes e sadios, que agradeçam aos Paes a saúde que lhes deram, a noção precisa da ameaça que a liberdade sexual constitúe para seus melhores sonhos pelos males physicos que acarreta, a consciencia de que a incontinencia sexual aberra de tudo que a hygiene, a medicina, a sociedade, a religião, a moral aconselham e ordenam?

A abstinencia sexual, quando livremente desejada pelo rapaz, é de todo possivel, e, após certo tempo de luta, facil.

Não o é para aquelles que, simplesmente por medo das molestias, fogem aos actos sexuaes cuja representação palpita em seu espirito: abstinencia sexual physica sem abstinencia sexual do espirito é um absurdo, e, o que é mais, uma utopia. Não é essa a abstinencia que aconselhamos.

Dizem mais, os que reprovam a abstinencia sexual, que ella atrophia os orgãos sexuaes. Ha aqui duas ordens de considerações por se fazer.

Primeiro, que abstinencia sexual não é inercia sexual pois os testiculos continuam a produzir o esperma, que é eliminado pelo organismo. Depois, ha alguns exemplos que queriamos ver explicados pelos nossos antagonistas: A mulher que tem seu primeiro filho aos trinta annos, por exemplo, amamenta-o como se o tivesse tido aos dezoito: onde foi a atrophia das glandulas mamarias, que estiveram tanto tempo em repouso?

E não é só: um individuo que passe mezes ou annos sem chorar, nem por isso deixará de produzir lagrimas, quando para isso apparecer opportunidade e occasião; as glandulas lacrimaes não se atrophiam.

A' falta desse argumento, dizem que a abstinencia sexual determina um estado de excitação, pondo o individuo em um permanente estado de desejo insatisfeito. Ha pouco era a atrophia, agora é a excitação. Estaria muito direito, se o rapaz não fizesse a hygiene do espirito. Desde que esta se faça, completa e integral, não haverá excitação, pois faltará o estimulo que vem do espirito e que é o mais forte.

Outros, mais francos, dizem que a actividade sexual pre-matrimonial ou mesmo extra-matrimonial (!) nada mais é que a satisfacção natural de um legitimo desejo. Isto é berrante de injustiça e inconsciencia.

Preliminarmente se dirá que o desejo é muito relativo, e que se devemos dar aos nossos desejos satisfacção immediata nenhum mal haverá em ser-se abstinente desde que se queira sel-o. Mas não é isso só. Se erigirmos o prazer em norma de vida, onde vae parar o mundo? Cada satisfacção é comprada com o sacrificio de uma renuncia. Uma sociedade cujos membros dessem larga satisfacção aos seus desejos estaria irremissivelmente perdida.

Satisfacçam-se os desejos legitimos. O da pratica sexual não o é. Se o fosse, seria tambem para a mulher. E qual desses individuos quereria para suas filhas uma conducta igual á que elle adoptou para si, e que elle defende?

De posse destes conhecimentos geraes, isto é, que o instincto sexual só se torna uma necessidade quando o espirito o quer, que a continencia sexual não é incompativel com a saúde e com o bom funcionamento dos orgãos sexuaes, que a incontinenca sexual é injusta, amoral, anti-hygienica e anti-social, facil será, a quem quizer, responder ás objecções feitas contra a abstinencia sexual pre-matrimonial. Se para algumas objecções faltarem respostas, procure-se uma pessoa mais illustrada, procure-se um medico amigo, e ver-se-á a que a poeira se reduzirão essas objecções, filhas umas vezes da maldade, outras da ignorancia.

#### MALES VENEREOS

Vista, assim, a compatibilidade da continencia sexual com a saúde, passaremos a ver os males causados pela incontinenca sexual, isto é, pela pratica do acto sexual antes da epoca marcada pela Natureza e pela Moral, o casamento. Os rapazes que leram as noções de anatomia e physiologia dos orgãos sexuaes estão bem em condições de

nos compreender e bem alcançar a importância que os males venereos têm em relação á saúde do individuo. Sim, porque os adversarios da castidade masculina, esforçando-se para attribuir a esta uma grande serie de molestias, esquecem-se dos gravissimos e desastrosos resultados da pratica sexual antes do casamento. Como se verá adiante, as molestias cujo contagio e transmissão correm quasi exclusivamente por conta do acto sexual impuro são das mais terribes, pelas consequencias directas e remotas.

Dos males venereos, o mais commum e tambem, se não fôr convenientemente tratado, dos mais graves, é a blenorragia, ou gonorrhéa, ou esquentamento, o qua já foi chamado "a grande chaga da nossa mocidade". Antigamente, quando seus perigos eram desconhecidos, consideravam-na um timbre de virilidade (!). Hoje é tida como uma calamidade individual e social que cumpre a todo eusto combater. Consiste no corrimento de puz pela urethra, puz esse que contém o microbio da molestia, que é o gonococco e que pode causar uma blenorragia em qualquer mucosa com que seja posto em contacto. Causa dores, difficuldade á micção, por causa da inflammção da urethra por onde sáe a urina. Bem tratada, geralmente sára. Mas se o tratamento tarda ou é pouco rigoroso, temos a blenorragia chronica, que passando, ás vezes, desapercibida, fica no individuo como um fóco de infecção perigosissima. Mesmo quando não é chronica é muito perigosa, pois pode caminhar e attirgir orgãos muito importantes. Seguindo ao inverso o caminho percorrido pelo esperma vae á prostata, ao canal epididymario, aos testiculos, provocando soffrimentos grandes. Ou, chegando á bexiga, provoca difficuldades na micção e outros incommodos e passando aos rins pode infeccionar o sangue, o que dá em consequencia a producção de affecções do coração e rheumatismo.

O segundo mal, por ordem de frequencia, é a syphilis. Pode ser apanhada por uma multidão de maneiras, por um simples beijo, pelo emprego de objectos infeccionados (louça, talher, navalha, lapis, instrumentos de musica, etc.) ou pelo uso de roupas contaminadas. Mas o principal meio de transmissão, o responsavel por noventa e nove contagios em cem, é o acto sexual impuro. A syphilis foi comparada a um drama em tres actos. O primeiro é a infecção do individuo pela penetração do microbio da syphilis, a "spirocheta pallida" ou "treponema pallido", no organismo por um esfolado ou uma irritação da pelle. Forma-se então o cancro duro, que mesmo quando sára pode infeccionar o individuo. Este periodo chama-se syphilis primaria. O cancro duro quasi sempre se localisa na glande, pois, como já ficou dito, o maior numero de infecções corre por conta do acto sexual com uma pessoa doente. O segundo acto é a syphilis secundaria, que se manifesta pelas dôres de cabeça muito fortes, anemia e muitas manifestações generalizadas na pelle. Localisa-se tambem na mucosa da bocca e da garganta. (placas mucosas), constituindo isso um terrivel perigo por causa da transmissão, que então se torna facilima. O terceiro acto do drama constitue a syphilis terciaria, em que o microbio, tendo escolhido a sua habitação, solapa a vitalidade de um ou de varios orgãos; e temos então manifestações no coração, na aorta (grande arteria que sae do coração), nos pulmões, na lingua, no nariz, no figado, no systema nervoso (dando a terrivel paralytia geral) e em quasi todos os orgãos. Nós, por nossa conta, ajuntamos a esse drama um epilogo tragico, a morte do individuo no meio dos mais cruciantes padecimentos physicos, mas tambem

moraes, por reconhecer que tanto soffrer poderia ter sido evitado se tivesse sabido se conter num momento de desyarío.

O terceiro mal, pela frequencia, é o cancro molle, que geralmente se localisa no ponto em que o microbio penetrou na pelle. E' causado por um microbio chamado bacillo de Ducrey. E' contagioso e pode ser acompanhado de complicações como producção de ingua nas virilhas e tambem o phagedenismo, o que quer dizer a extensão do cancro molle pelas partes vizinhas, podendo invadir grandes porções do corpo.

Ahi ficam, pois, conhecimentos elementares sobre os males venereos, para que o rapaz que se entregue á vida sexual precoce saiba o que fatalmente o espera, mais cedo ou mais tarde.

Mas o que dissémos refere-se apenas aos riscos individuaes dessas molestias; diremos agora algumas palavras acerca dos perigos sociaes, não menos graves. Antes de mais nada, diremos que um individuo infectado constitue um fóco perigoso de contagio, e isto é um perigo para a sociedade, cujos membros são assim expostos. A sociedade é tambem prejudicada pelos males causados na propria familia do individuo doente. Assim, um individuo blenorragico pode infeccionar a esposa, que, creada num meio de pureza, vem apanhar tão repelente molestia daquelle a quem ella entregou seu futuro. A blenorragia na mulher pode lhe acarretar a esterilidade, isto é, a incapacidade de ter filhos. E não é só. Se uma mulher está infeccionada pelo gonococo no momento de dar á luz um filho, é quasi certo que esse filho infeccione os seus olhos e então correrá o risco de ficar cego. Antes de se conhecerem os antisepticos e os desinfetantes, dois terços dos cegos deviam sua desgraça ao gonococo.

A syphilis é igualmente transmittida de pae para filho atravez da esposa, e actua maleficamente sobre algumas gerações. O capitulo da syphilis congenita é cheio de tristezas, de dores, de esperanças cortadas, tal o numero de crianças que morrem de syphilis. Aliás, a morte de uma creança syphilitica é um bem, pois se ella viesse a crescer seria um ente infeliz e desgraçado pelos males que traria do berço.

Vê-se, pois, como é descabido o individuo atirar-se á vida sexual para fugir áquelles pretensos males causados pela continencia, quando as molestias realmente causadas pela incontinencia são muitissimo mais graves não somente para o individuo como igualmente para a sociedade. E' o mesmo que o individuo se suicidar para não correr o risco de apanhar um constipado.

(Continúa)

Attesto que tenho empregado em minha clinica o VIDAN com excellentes resultados.

DR. RUBIÃO MEIRA